

Gezonder leven voor iedereen.

Akkoord over gezondheidsbevordering en preventie in de Brainport regio. 27-07-2021

1. Inleiding

Aanleiding

Gezondheid geldt voor velen als het allergrootste goed. Het bepaalt onze individuele mogelijkheden en die van onze samenleving. Maar hoewel we steeds meer geld uitgeven aan gezondheidszorg en ‘gezonde’ producten wijzen de gezondheidscijfers en trends de verkeerde kant op¹. Bovendien heeft de Corona pandemie bestaande verschillen en ongelijkheid nog groter gemaakt. We kunnen zo niet doorgaan. Het moet anders, natuurlijk met behoud van wat wel goed gaat. Deze urgentie wordt nu breed gedeeld maar geen enkele individuele partij is in staat deze trends te doorbreken.

Hoe moet het dan wél? Door prioriteit te maken van gezondheidsbevordering en preventie, in een gezamenlijke aanpak, en georganiseerd in de regio, in direct contact met de inwoners.

Initiatief

In onze regio hebben Coöperatie Slimmer Leven², de GROZzterdam Vitaal in Brainport³, de GGD Brabant Zuid Oost⁴ en de gemeente Eindhoven⁵ het initiatief genomen om een gezamenlijke visie te maken over gezondheidsbevordering en preventie voor de Brainportregio en daarover een akkoord te sluiten. Deze notitie beschrijft deze regionale visie met het akkoord over de gekozen veranderaanpak.

De initiatiefnemers vertegenwoordigen samen al heel veel regionale organisaties. Maar nadrukkelijk nodigen zij iedereen uit om bij de beweging aan te sluiten, het akkoord te onderschrijven en deze voor de eigen organisatie te vertalen naar beleid en uitvoering die bijdragen aan de geschetste missie.

2. Uitgangspunten

De afgelopen jaren is de kijk op volksgezondheid en welzijn veranderd door een aantal nieuwe inzichten. Sommige daarvan worden inmiddels breed gedeeld in de samenleving en

¹ RIVM meet gezonde levensverwachting vanaf 1981. Die stijgt nauwelijks de afgelopen 20 jaar. We leven wel langer maar niet in goed ervaren gezondheid.

² Coöperatie Slimmer Leven is een zorginnovatienetwerk in de Brainportregio met 60 leden.

³ GROZzterdam Vitaal in Brainport is een door de topsector LSH erkend fieldlab op het gebied van gezondheidsbevordering en preventie met 20 partnerorganisaties in onze regio.

⁴ GGD Brabant Zuid Oost voert veel taken uit op het gebied van publieke gezondheid en preventie voor 21 gemeenten.

⁵ Gemeente Eindhoven heeft veel te maken met brede gezondheid via het sociaal domein, economie, sport en gezonde verstedelijking. Er wordt nu gewerkt aan een nieuw integraal gezondheidsbeleid en Eindhoven zoekt daarin regionale samenwerking op.

zijn ook voor onze regionale visie op gezondheidsbevordering en preventie belangrijke uitgangspunten.

Allereerst de gewenste omslag van ziekte en zorg naar gezondheid en vitaliteit met veel meer aandacht voor preventie en gedrag. Daaruit voortvloeiend het nationaal preventie akkoord (2018) voor een gezonder Nederland, met nadruk op terugdringen van roken, overgewicht en problematisch alcoholgebruik. Het RIVM benadrukte het grote belang van een gezonde leefomgeving, met aandacht voor de lessen uit de zogenaamde blue of vital zones. Een gezonde leefomgeving bevordert en beschermt het fysiek, mentaal en sociaal welbevinden van mensen. En de Raad voor de Volksgezondheid en Samenleving stelt dat de kans ongelijkheid tussen burgers leidt tot toenemende gezondheidsverschillen en dat we van zorg voor het individu moeten schakelen naar zorgen voor de samenleving.

*Positieve gezondheid*⁶

Misschien wel het allerbelangrijkste inzicht is positieve gezondheid.

Mensen zijn niet hun aandoening. Toch focussen we daar in de zorg doorgaans wel op. Alle aandacht gaat uit naar hun klachten en gezondheidsproblemen. Positieve Gezondheid kiest een andere invalshoek. Het biedt een bredere kijk op gezondheid. Het accent ligt niet op ziekte, maar op mensen zelf, op hun veerkracht, en wat hun leven betekenisvol maakt. Die bredere benadering draagt bij aan het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven om te gaan. Én om zo veel mogelijk eigen regie te voeren. Positieve gezondheid is inmiddels breed gedragen binnen en buiten de zorg. Ook in onze regio sluiten we aan bij de beweging van positieve gezondheid.

3. Missie

Door maximaal in te zetten op het benutten van het gezondheidspotentieel leven in 2030 alle inwoners van de Brainport regio tenminste 3 jaren extra in goed ervaren gezondheid⁷ en zijn de gezondheidsverschillen met 20% afgenomen.

4. Visie

Gezondheid

Iedereen merkt hoe belangrijk gezondheid is, hoe gezondheid, welvaart en welbevinden met elkaar verbonden zijn en welke invloed gezondheid heeft op ons dagelijks leven en onze mogelijkheden. Gezondheid is meer dan niet ziek zijn en gezondheid wordt in belangrijke mate buiten de zorg bepaald. Het gaat om het vermogen je aan te passen, om welbevinden, eigen regie, veerkracht, meetellen en zingeving. We willen inwoners, professionals en

⁶ Zie voor nadere uitleg de website van het Instituut voor Positieve Gezondheid: <https://www.iph.nl>

⁷ De WRR (2018) en recentelijk de RVS (Raad voor volksgezondheid en samenleving (2020) noemen jaren in goede gezondheid een gewenste indicator en pleit voor meer aandacht voor potentieel ipv gezondheidsverschillen. In Noord-Brabant benoemen de B5, de waterschappen, BrabantAdvies en Pon-Telos +3 jaar voor 2030. Slimmer Leven en Grozterdam noemen +5 jaar voor 2040. Het Vital Zone Instituut gebruikt vanaf de oprichting potentieel (winst en verlies) en +3 gezonde jaren erbij voor iedereen als richtlijn voor actie en beleid. Ervaren gezondheid is ook een indicator bij de Brede Welvaart Monitor Eindhoven met een negatieve trend.

organisaties versterken met de kracht van deze brede blik op gezondheid, met aandacht voor wat mensen echt belangrijk vinden. Het gaat daarbij om een gezonde leefstijl én een gezondere leefomgeving.

Leefstijl

Een gezondere leefstijl op het gebied van bewegen, voeding en mentale veerkracht vraagt regie van de inwoners zelf, samen met hun naasten. Voor velen is dat niet gemakkelijk. Sociale steun, aandacht en zorg voor elkaar zijn hele effectieve methoden om mensen te helpen hun goede voornemens waar te maken en vast te houden. Dat kan dan ook het beste gebeuren binnen met steun vanuit de belangrijkste gemeenschappen en plekken waarin mensen leven: thuis, in de wijk, op het werk en op school. Op die plekken gaan we gezonde keuzes ook vanzelfsprekend en voor iedereen toegankelijk maken.

Leefomgeving

Een gezondere leefomgeving is vooral een collectieve verantwoordelijkheid. We kunnen veel leren van de inspirerende lessen van blue of vitale zones⁸. Want mensen worden bewust en onbewust sterk beïnvloed door hun omgeving.

Zowel de fysieke als de sociale leefomgeving hebben grote invloed op gezondheid. Bij de fysieke leefomgeving gaat het onder andere over de inrichting van een groene en gezonde openbare ruimte. De sociale leefomgeving gaat over erbij horen, werk & bestaanszekerheid en je ergens thuis voelen. Doel is het creëren van een gezonde samenleving, waarin iedereen naar vermogen mee kan doen.

Samen innoveren

In de Brainport regio doen we het samen. Overheid, bedrijfsleven, kennisinstellingen, zorgorganisaties en inwoners slaan de handen ineen om gezamenlijk deze beweging vorm te geven, ieder in zijn of haar eigen rol. We willen graag dat iedereen meedoet. Als “slimste regio” maken we daarbij natuurlijk graag gebruik van alle technologische innovaties die onze regio kent.

5. Veranderaanpak

Om doorbraken duurzaam te bewerkstelligen maken we gebruik van verschillende methodieken en leren we van best practices. De aanpak die we kiezen laat zich karakteriseren door de woorden: positief, gebiedsgericht, een combinatie van bottom up en top down, en een infrastructuur met bouwstenen.

Positief en gebiedsgericht

Er gebeurt al heel veel in de regio, maar veelal versnipperd en daarmee is de impact beperkt. In onze veranderaanpak sluiten we aan bij wat er al is, versterken wat goed gaat en

⁸ Gebieden waar buitengewoon veel vitale honderdjarigen leven zoals de blue zones Sardinië en Okinawa, bieden lessen en inspiratie. Met de slimheid van de wetenschap en het vermogen en gezond verstand van iedere lokale gemeenschap kunnen we verder springen. Deze doorvertaling naar onze eigen levens en werk noemen we Vital Zones. Vital zones zijn plekken waar mensen gelukkig en vitaal leven, werken en ouder worden in een gezonde omgeving. Bron: vitalzone.eu.

vernieuwen wat nodig is om ongunstige trends te doorbreken. We gaan initiatieven verbinden en door een samenhangende aanpak synergie creëren. We vragen iedereen bij te dragen, individuele bewoners, overheden, bedrijven, organisaties, scholen en verenigingen, ieder vanuit zijn eigen rol. Dat doen we op een positieve manier, door mensen te vragen wat ze nodig hebben en te steunen bij wat ze belangrijk vinden. En dat doen we gebiedsgericht, door mensen binnen hun eigen gemeenschappen verder te helpen en deze anders in te richten.

Combinatie van bottom-up en top-down

De bottom-up aanpak is cruciaal. Deze start bij de inwoners. We nodigen hen uit om stil te staan bij hun eigen gezondheid en na te denken hoe zij deze, alleen of met hun naasten, zouden kunnen verbeteren. Desgewenst is er daarbij ook ondersteuning, om te beginnen vanuit de gemeenschappen waarin zij leven: in de wijk, op en onderweg naar het werk en op school. We bevorderen dat zoveel mogelijk mensen meedoen, vooral ook in de wijken waar de gezondheidsverschillen het grootst zijn. We stimuleren dat steeds meer wijken, bedrijven en instellingen, scholen en verenigingen actief meedoen in de beweging. Er komen “goede en inspirerende voorbeelden” en we wisselen onderling ervaringen uit om te leren. Juist in onze regio zien we daarbij ook een belangrijke rol voor de inzet van digitale en technologische ondersteuning, zoals intelligent datagebruik, digitale vitaliteitsplatforms in buurten, in bedrijven en voor de regio.

Naast bottom-up werken we ook top down. Zo gaan we succesvolle projecten op het gebied van gezondheidsbevordering en preventie opschalen binnen de Brainportregio. Bovendien maken de gemeenten beleid gericht op een gezonde fysieke en sociale leefomgeving voor hun inwoners, produceren bedrijven gezondere producten voor de inwoners, ontwikkelen steeds meer organisaties een vitaliteitsbeleid voor hun werknemers en worden scholen gezonder. Ook hier gaan we succesvolle voorbeelden uitwisselen.

Tenslotte nodigen de professionals van zorg- en welzijnsinstellingen hun cliënten vaker uit om regie te nemen over hun gezondheid en zelfzorgmogelijkheden te benutten en wijzen zij de weg naar passende ondersteuning. Daartoe komen er trainingen voor professionals.

Infrastructuur met bouwstenen

Met onze aanpak willen we in de Brainportregio een beweging op gang brengen en een ecosysteem creëren waarin gezonde leefstijl in een vitale leefomgeving permanent in de schijnwerpers staan. Het bouwen aan zo'n ecosysteem vraagt om een passende regionale infrastructuur, die dat ecosysteem ondersteunt. We gebruiken daarvoor de vijf bouwstenen van het landelijke netwerk “Samen voor gezonde regio's”⁹. Dat zijn achtereenvolgens: nieuwe manieren van samenwerken, onderzoeken en leren van ervaringen, monitoren van de effecten, creëren van een passende ICT- en data infrastructuur en inzetten van (experimentele) financiering gericht op de goede prikkels. Binnen onze regio hebben we voor elk van deze bouwstenen een of meer organisaties verantwoordelijk gemaakt. We blijven voortdurend leren van goede praktijkvoorbeelden in het land en internationaal.

⁹ “Samen voor gezonde regio's” is een landelijk netwerk van koploperregio's die volgens dezelfde principes werken aan een vitale regio met gezondere burgers. Zij wisselen op structurele basis kennis en ervaring uit. Middels de GROZzerdam Vitaal in Brainport maakt onze regio deel uit van dit netwerk.

6. Concretisering van de aanpak

Bij het realiseren van beoogde veranderingen gericht op gezondheidsbevordering en preventie kan onderstaande matrix zeer behulpzaam zijn, zowel voor individuen als voor organisaties. Deze matrix beschrijft 4 manieren om impact te realiseren van willen naar doen. Dat zijn: verminderen van ongezond gedrag, versterken wat werkt, vernieuwen met (technologische) mogelijkheden en voorkomen. Daarbij zullen er door situationele factoren altijd verschillende snelheden zijn.



7. Afspraken

De ondertekenaars van dit document

1. **onderschrijven** de hierboven beschreven visie/missie en de veranderaanpak tav gezondheidsbevordering en preventie en dragen vanuit hun eigen organisatie en met hun eigen beleid zichtbaar bij aan de realisatie ervan.
2. zullen jaarlijks **verslag doen** van hun bijdrage aan gezondheidsbevordering en preventie en delen hun ervaringen met andere organisaties op daartoe georganiseerde regionale bijeenkomsten.
3. **communiceren** over gezondheidsbevordering en preventie in lijn met dit akkoord om zo de impact voor de inwoners te vergroten.
4. zullen op bestaande regionale, provinciale (zoals B5 en M7) of landelijke tafels gezondheid en gezonde leefomgeving **agenderen en vooruit helpen** in lijn met dit akkoord.
5. **zijn onderdeel** van het beschreven regionale ecosysteem en zoeken mogelijkheden om gezamenlijk dit akkoord te realiseren.